

PORTRAIT DES HABITUDES DE VIE DES 0-5 ANS MONTRÉLAIS



MODE DE VIE
PHYSIQUEMENT
ACTIF

Portrait co-porté par Montréal physiquement active et la Direction régionale de santé publique de Montréal, ayant l'objectif de faire un portrait des habitudes de vie des 0-5 ans montréalais tant sur leurs activités physiques que sur leurs habitudes alimentaires, au sein de deux milieux soit les services de garde éducatifs à l'enfance (SGÉE) et le foyer. 3 consultations ont été réalisées, auprès de 629 SGÉE, 400 familles et 51 enfants de 4-5 ans.

Cette fiche synthèse présente les faits saillants des analyses transversales effectuées à partir des 3 sources de données.

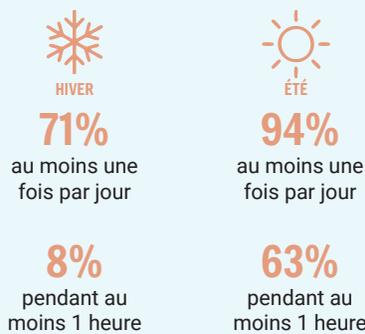
JEU EXTÉRIEUR

En période estivale (mai à octobre), la vaste majorité des tout-petits jouent à l'extérieur au moins une fois par jour, tant à la maison qu'en SGÉE. En période hivernale (novembre à avril), ces enfants jouent moins souvent dehors.

En SGÉE, ils jouent aussi moins longtemps dehors l'hiver que l'été.

80% des SGÉE ont une cour extérieure suffisamment grande pour courir librement. Les SGÉE qui disposent d'un tel espace offrent en général davantage de jeux extérieurs aux enfants, en particulier aux poupons.

Données SGÉE (18 mois et +)



Données milieu familial



BARRIÈRE PRINCIPALE
Température



BARRIÈRES PRINCIPALES POUR LES SGÉE

Température et glace pendant l'hiver
(cour extérieure ou trottoirs)

Difficultés de déplacement des poupons

JEU INTÉRIEUR

La majorité des tout-petits ont plusieurs occasions de jouer activement à l'intérieur, chaque jour à la maison (**61%**) comme en SGÉE (**57%**).

73% des SGÉE estiment que leurs locaux sont suffisamment grands et sécuritaires pour permettre aux enfants d'y bouger librement et d'y jouer activement.



Moins de la moitié des SGÉE (**46%**) rapportent avoir un local de motricité dans leur milieu.

COMPORTEMENTS SÉDENTAIRES

Les enfants ont le sentiment de faire davantage d'activités sédentaires à la maison qu'en SGÉE, et d'y regarder plus d'écrans.



Le quart (**26%**) des parents sondés ont rapporté que leur(s) enfant(s) passe en moyenne **plus de 2 heures par jour** devant un écran à la maison.

PRÉFÉRENCES DES 0-5 ANS MONTRÉLAIS



Les jeux préférés des enfants sont davantage extérieurs qu'intérieurs. Des jeux extérieurs sont nommés pour toutes les saisons: sauter dans les feuilles, se baigner, patiner.



Il semble très significatif pour les enfants de bouger avec les autres, notamment avec leurs parents, leur famille et leurs proches.



Plusieurs de leurs jeux favoris sont des jeux en interaction (la tag, la cachette, le ballon).

Maman met de la musique et arrête de préparer le souper pour danser.

Je fais des longues marches avec mamie.

Citations tirées de la consultation des enfants.